The Kinder Way Playbook

50 Aktivitas Bermain ala Kindergarten Jerman yang Mengembangkan Anak Tanpa Mereka Sadar Sedang Belajar

Spielen Ist Die Arbeit Des Kindes

50 Aktivitas Bermain ala Kindergarten Jerman

Bermain bukan jeda dari belajar.

Bagi anak, bermain adalah cara paling alami untuk memahami dunia.

Pengantar

Ada satu kalimat yang sering terdengar dalam kehidupan anak:

“Belajar dulu, nanti baru boleh bermain.”

Kalimat ini seolah-olah menempatkan belajar dan bermain sebagai dua kegiatan yang berbeda. Belajar dianggap serius dan berguna, sedangkan bermain hanya dilakukan ketika semua tugas selesai.

Namun, dalam pendidikan anak usia dini di Jerman, bermain tidak dipandang sebagai hadiah setelah belajar.

Bermain adalah proses belajar itu sendiri.

Saat anak menyusun balok, ia sedang memahami bentuk, keseimbangan, ukuran, dan hubungan sebab-akibat.

Saat anak bermain dokter-dokteran, ia sedang mengolah pengalaman, menghadapi ketakutan, mengembangkan bahasa, dan belajar melihat keadaan dari sudut pandang orang lain.

Saat anak berdebat tentang siapa yang menjadi kasir, koki, atau pelanggan, ia sedang belajar bernegosiasi, menunggu giliran, mempertahankan pendapat, dan menyelesaikan konflik.

Dari luar, mereka terlihat “hanya bermain”.

Padahal, di dalam dirinya, begitu banyak proses perkembangan sedang berlangsung.

Bermain adalah bentuk belajar paling mendasar sekaligus aktivitas utama anak. Melaluinya, anak mengembangkan kemampuan motorik, kognitif, bahasa, sosial, sensorik, dan emosional. Anak juga menggunakan permainan untuk memahami lingkungan serta mengolah pengalaman yang belum mampu mereka jelaskan dengan kata-kata.

Karena itu, tugas orang dewasa bukan selalu menciptakan permainan yang paling edukatif.

Tugas kita adalah menyediakan waktu, ruang, rasa aman, dan bahan yang cukup agar anak dapat menemukan pembelajarannya sendiri.

Mengapa Bermain Sangat Penting?

1. Bermain mengembangkan kemampuan berpikir

Ketika bermain, anak melakukan berbagai percobaan sederhana:

- Apakah menara ini akan tetap berdiri?
- Mengapa benda ini tenggelam?
- Bagaimana caranya agar mobil bisa melewati jembatan?
- Apa yang terjadi jika air dipindahkan ke wadah yang lebih kecil?

Anak belajar mengamati, mencoba, gagal, memperbaiki, dan mencoba kembali.

Inilah dasar dari:

- konsentrasi;
- kemampuan memecahkan masalah;
- berpikir logis;
- kreativitas;
- fleksibilitas berpikir;
- pemahaman sebab-akibat.

2. Bermain mengembangkan kemampuan sosial

Bermain bersama anak lain tidak selalu berlangsung damai.

Ada perebutan mainan, perbedaan ide, aturan yang berubah, rasa kecewa, hingga konflik kecil.

Namun, justru melalui pengalaman itulah anak belajar:

- menyampaikan keinginan;
- mendengarkan orang lain;
- berbagi ruang dan alat;
- menunggu giliran;
- membuat kesepakatan;
- mempertahankan pendapat;
- memahami batas orang lain;
- memperbaiki hubungan setelah konflik.

Kemampuan sosial tidak hanya tumbuh ketika anak diberi nasihat.

Kemampuan itu berkembang ketika anak mendapat kesempatan mengalaminya sendiri.

3. Bermain membantu anak mengolah emosi

Anak sering memainkan kembali pengalaman yang berkesan baginya.

Setelah pergi ke dokter, anak mungkin berkali-kali memeriksa bonekanya.

Setelah mulai sekolah, ia mungkin bermain menjadi guru yang mengatur murid.

Setelah melihat orang tuanya sibuk bekerja, ia bisa bermain toko, kantor, atau menelepon seseorang.

Melalui permainan simbolik dan bermain peran, anak mencoba memahami apa yang telah dialaminya.

Permainan membantu anak:

- mengenali rasa takut;
- mengolah kecemasan;
- mengekspresikan kemarahan;
- mencoba menjadi sosok yang lebih berkuasa;
- memahami peran orang lain;
- mendapatkan kembali rasa aman.

4. Bermain mengembangkan motorik dan sensorik

Berlari, memanjat, merangkak, melompat, melempar, dan menyeimbangkan tubuh membantu perkembangan motorik kasar.

Menggenggam, menuang, meronce, meremas, menyusun, melipat, dan menggambar membantu motorik halus.

Sementara itu, bermain dengan air, pasir, tanah, suara, gerakan, dan berbagai tekstur membantu anak memahami tubuh serta kebutuhan sensoriknya.

5. Bermain membangun kepercayaan diri

Ketika anak mendapat kesempatan memilih, mencoba, dan menemukan solusi sendiri, ia memperoleh pesan:

- “Ideku penting.”
- “Aku mampu mencoba.”
- “Aku boleh melakukan kesalahan.”
- “Aku dapat menemukan jalan keluar.”

Kepercayaan diri bukan hanya tumbuh dari pujian. Kepercayaan diri tumbuh ketika anak mengalami bahwa dirinya mampu menghadapi tantangan.

Empat Bentuk Permainan Anak

Bentuk-bentuk permainan berikut tidak selalu muncul secara kaku berdasarkan usia. Anak dapat kembali menikmati bentuk permainan yang lebih awal meskipun usianya sudah lebih besar.

1. Funktionsspiel — permainan fungsi

Umumnya mulai terlihat sejak bayi.

Anak mengeksplorasi tubuh, indra, suara, gerakan, dan benda melalui:

- meraih;
- menggenggam;
- memasukkan;
- menjatuhkan;

- menggoyangkan;
- mengetuk;
- meremas;
- mengulang suara atau gerakan.

Anak tidak sedang “membuang-buang benda”.
Ia sedang mempelajari bagaimana dunia bekerja.

2. Konstruktionsspiel — permainan konstruksi

Mulai berkembang kuat sekitar usia dua tahun.

Anak menciptakan sesuatu menggunakan:

- balok;
- pasir;
- kardus;
- tanah;
- batu;
- kain;
- bahan daur ulang.

Melalui permainan ini, anak memahami bentuk, ukuran, ruang, keseimbangan, struktur, serta proses merencanakan sesuatu.

3. Rollenspiel — bermain peran

Mulai muncul sekitar usia satu setengah tahun
dan berkembang semakin kompleks.

Anak bermain seolah-olah menjadi:

- dokter;
- guru;
- orang tua;
- koki;

- penjual;
- pemadam kebakaran;
- hewan;
- tokoh imajinasi.

Bermain peran membantu anak memahami lingkungan, hubungan sosial, bahasa, emosi, dan pengalaman sehari-hari.

4. Konstruktionsspiel — permainan konstruksi

Mulai berkembang sekitar usia tiga hingga empat tahun.

Anak mulai mengenal permainan dengan kesepakatan seperti:

- menunggu giliran;
- mengikuti urutan;
- bergerak sesuai instruksi;
- menerima kemenangan dan kekalahan;
- menyesuaikan diri dengan aturan bersama.

Pada usia dini, aturan sebaiknya sederhana, fleksibel, dan tidak membuat kesenangan anak hilang.

Lima Prinsip Bermain ala Kindergarten Jerman

1. Bermain bukan hadiah

Bermain bukan sesuatu yang diberikan hanya setelah anak menyelesaikan tugas.
Bermain adalah kebutuhan perkembangan.

2. Anak memiliki hak untuk memilih

Dalam permainan bebas, anak berhak menentukan:

- ingin bermain apa;
- dengan siapa;
- menggunakan bahan apa;
- bagaimana jalan permainannya;
- berapa lama ingin bermain.

Pilihan ini membantu anak membangun kemandirian dan motivasi dari dalam dirinya.

3. Proses lebih penting daripada hasil

Rumah dari balok tidak harus sempurna.

Gambar tidak harus menyerupai contoh.

Tanah liat tidak harus berubah menjadi benda yang bisa dikenali.

Yang paling penting adalah proses anak mengeksplorasi, mencoba, dan menciptakan.

4. Orang dewasa tidak perlu selalu mengambil alih

Orang dewasa tetap penting sebagai:

- penyedia ruang;
- penjaga keamanan;
- teman bicara;
- pemberi bahan;
- penonton yang menghargai karya;
- rekan bermain ketika diundang.

Namun, orang dewasa tidak harus menjadi sutradara dalam setiap permainan.

5. Anak tidak membutuhkan permainan yang selalu “mendidik”

Permainan edukatif dapat menyenangkan, tetapi tidak selalu diperlukan.

Dalam permainan bebas, anak sering belajar secara lebih utuh karena tubuh, pikiran, emosi, bahasa, dan kemampuan sosial bekerja secara bersamaan.

Cara Menggunakan Playbook Ini

Aktivitas dalam panduan ini bukan tugas yang harus diselesaikan satu per satu.

Pilih berdasarkan:

- usia anak;
- ketertarikan anak;
- kondisi ruang;
- kebutuhan sensorik;
- energi anak;
- bahan yang tersedia.

Usia yang dicantumkan hanyalah panduan. Aktivitas dapat disederhanakan atau dibuat lebih menantang sesuai kemampuan anak.

Tidak ada kewajiban menghasilkan karya tertentu.

Tidak ada nilai.

Tidak ada anak yang paling hebat.

Yang ada hanyalah kesempatan untuk mencoba, bereksplorasi, dan menikmati proses.

BAGIAN 1

Imajinasi dan Bermain Peran

Aktivitas 1

Restoran Keluarga

Usia:
3-8 tahun

Bahan:

- Piring, sendok,
- wadah,
- kertas,
- pensil,
- bahan mainan atau benda aman di rumah.

Cara bermain:

Biarkan anak membuat restoran versinya sendiri. Ia dapat memilih menjadi koki, pelayan, kasir, atau pelanggan. Anak juga dapat menggambar menu, menentukan harga, serta mengatur tempat duduk.

Yang berkembang:

- bahasa;
- imajinasi;
- kemampuan sosial;
- matematika dasar;
- perencanaan;
- fleksibilitas berpikir.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Jangan menentukan bagaimana restoran “seharusnya” berjalan. Apabila anak menjual sup biru atau pizza rasa stroberi, masuklah ke dalam imajinasinya.

Tanyakan:

> **“Kalau rasanya seperti itu, kira-kira siapa yang paling menyukainya?”**

Aktivitas 2

Klinik Boneka

Usia:
2-7 tahun

Bahan:

- Boneka,
- kain,
- plester mainan,
- sendok,
- kotak kosong.

Cara bermain:

Anak berpura-pura memeriksa dan merawat boneka. Ia dapat menjadi dokter, perawat, pasien, atau anggota keluarga yang menemani.

Yang berkembang:

- empati;
- bahasa;
- kemampuan mengolah pengalaman;
- pemahaman tubuh;
- regulasi emosi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Anak sering memainkan pengalaman medis untuk mengurangi rasa takut. Jangan terburu-buru memperbaiki prosedur yang tidak realistis. Dengarkan cerita yang sedang ia sampaikan melalui permainan.

Aktivitas 3

Kantor Pos Imajinasi

Usia:
4-9 tahun

Bahan:

- Kertas,
- amplop,
- kotak bekas,
- stiker,
- tas kecil.

Cara bermain:

Anak membuat surat atau gambar untuk anggota keluarga, teman, boneka, bahkan hewan peliharaan. Surat kemudian dimasukkan ke kotak pos dan diantarkan.

Yang berkembang:

- bahasa;
- pra-literasi;
- imajinasi;
- hubungan sosial;
- kemampuan mengekspresikan perasaan.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Tulisan anak tidak perlu langsung benar. Coretan dan simbol merupakan bagian dari perkembangan literasi.

Tanyakan:

“Ceritakan kepadaku, surat ini mengatakan apa?”

Aktivitas 4

Rumah-rumahan dengan Kain

Usia:
2-8 tahun

Bahan:

- Kain,
- selimut,
- kursi,
- bantal,
- penjepit.

Cara bermain:

Biarkan anak mengubah ruang menjadi rumah, gua, kapal, kastel, atau markas rahasia.

Yang berkembang:

- kreativitas;
- perencanaan;
- motorik kasar;
- pemecahan masalah;
- kerja sama.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Jangan membangun semuanya untuk anak. Biarkan ia menghadapi kain yang jatuh, kursi yang terlalu jauh, atau ruang yang sempit. Di situlah problem solving berlangsung.

Aktivitas 5

Toko Benda Aneh

Usia:
3-8 tahun

Bahan:

- Benda aman dari rumah,
- keranjang,
- kertas harga.

Cara bermain:

Anak membuat toko yang menjual benda-benda tidak biasa. Sebuah batu bisa menjadi telepon. Sendok kayu bisa menjadi tongkat sihir.

Yang berkembang:

- berpikir simbolik;
- bahasa;
- negosiasi;
- kreativitas;
- klasifikasi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Tidak semua benda harus dimainkan sesuai fungsi aslinya. Ketika anak memberi makna baru pada benda, ia sedang mengembangkan kemampuan simbolik.

Aktivitas 6

Hari Ini Aku Menjadi...

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Kain,
- topi,
- tas,
- bantal,
- penjepit.

Cara bermain:

Anak memilih peran yang ingin dimainkan. Ia dapat menjadi guru, pilot, kucing, penjelajah, atau tokoh ciptaannya sendiri.

Yang berkembang:

- identitas diri;
- empati;
- bahasa;
- kreativitas;
- pemahaman peran sosial.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Hindari membatasi peran berdasarkan gender. Anak bebas mencoba berbagai identitas dalam ruang imajinasinya.

Aktivitas 7

Berita Hari Ini

Usia:
5-10 tahun

Bahan:

- Gulungan tisu sebagai mikrofon,
- meja kecil,
- gambar.

Cara bermain:

Anak menjadi pembawa berita dan menceritakan kejadian hari itu. Berita boleh nyata atau imajinatif.

Yang berkembang:

- kemampuan bercerita;
- urutan kejadian;
- kepercayaan diri;
- ekspresi bahasa;
- pemahaman pengalaman.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Jangan terlalu cepat membetulkan susunan kalimat anak. Dengarkan isi ceritanya terlebih dahulu.

Aktivitas 7

Perjalanan dengan Kardus

Usia:
2-7 tahun

Bahan:

- Kardus besar,
- spidol,
- benda kecil.

Cara bermain:

Kardus dapat berubah menjadi mobil, pesawat, kapal, kereta, atau roket. Anak menentukan tujuan dan alur perjalanan.

Yang berkembang:

- imajinasi;
- bahasa;
- pemahaman ruang;
- kreativitas;
- kemampuan merencanakan.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Mainan terbuka seperti kardus sering memiliki nilai bermain lebih besar daripada mainan dengan satu fungsi tetap.

Aktivitas 9

Teater Bayangan

Usia:
4-10 tahun

Bahan:

- Senter,
- dinding,
- tangan atau bentuk dari kertas.

Cara bermain:

Anak membuat bayangan dan menciptakan tokoh serta cerita.

Yang berkembang:

- kreativitas;
- koordinasi tangan;
- kemampuan bercerita;
- pemahaman cahaya;
- keberanian berekspresi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Cerita tidak harus memiliki awal, konflik, dan akhir yang sempurna. Ikuti cara berpikir anak, termasuk ketika alurnya berubah tiba-tiba.

Aktivitas 10

Dunia Mini

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Batu,
- daun,
- ranting,
- figur kecil,
- kain,
- wadah.

Cara bermain:

Anak menciptakan dunia mini seperti hutan, kota, kebun binatang, atau planet lain.

Yang berkembang:

- berpikir simbolik;
- konstruksi;
- bahasa;
- perencanaan;
- konsentrasi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Alih-alih bertanya, “Itu apa?”, coba katakan:

“Ceritakan kepadaku tentang tempat ini.”

Pertanyaan tersebut memberi anak ruang lebih besar untuk menjelaskan idenya.

BAGIAN 2

Eksplorasi, Sains, dan Problem Solving

Aktivitas 11

Menara yang Terus Roboh

Usia:
2-8 tahun

Bahan:

- Balok,
- kotak kecil,
- gelas plastik.

Cara bermain:

Anak mencoba membangun menara setinggi mungkin. Biarkan menara roboh dan anak menemukan cara baru untuk membangunnya.

Yang berkembang:

- keseimbangan;
- pemahaman bentuk;
- ketekunan;
- problem solving;
- toleransi terhadap kegagalan.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Jangan langsung menunjukkan susunan yang benar. Menara yang roboh adalah bagian dari proses belajar, bukan kesalahan yang harus dicegah.

Aktivitas 12

Tenggelam atau Mengapung?

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Wadah air dan
- berbagai benda aman.

Cara bermain:

Anak memilih benda, membuat dugaan, lalu memasukkannya ke air.

Yang berkembang:

- berpikir ilmiah;
- membuat prediksi;
- observasi;
- klasifikasi;
- bahasa.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Jangan langsung memberi jawabannya. Tanyakan:

“Menurutmu apa yang akan terjadi?”
“Apa yang membuatmu berpikir begitu?”

Aktivitas 13

Jembatan untuk Boneka

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Kardus,
- balok,
- kertas,
- selotip,
- figur kecil.

Cara bermain:

Anak membangun jembatan agar boneka dapat melewati celah tertentu.

Yang berkembang:

- desain;
- keseimbangan;
- pemecahan masalah;
- kreativitas;
- motorik halus.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Berikan masalah, bukan solusi. Misalnya:

“Boneka ini ingin menyeberang. Kira-kira apa yang bisa kita buat?”

Aktivitas 14

Air yang Berjalan

Usia:
4-9 tahun

Bahan:

- Gelas,
- air berwarna,
- tisu dapur.

Cara bermain:

Letakkan gelas berisi air berwarna berdampingan dengan gelas kosong. Hubungkan menggunakan tisu dan amati perpindahan air.

Yang berkembang:

- observasi;
- kesabaran;
- pemahaman sebab-akibat;
- rasa ingin tahu;
- bahasa ilmiah sederhana.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Eksperimen tidak harus selalu dijelaskan panjang. Beri kesempatan anak mengamati dan menyusun teorinya sendiri terlebih dahulu.

Aktivitas 15

Jembatan untuk Boneka

Usia:
4-10 tahun

Bahan:

- Gulungan tisu,
- kardus,
- selotip,
- bola kecil.

Cara bermain:

Anak membangun jalur agar bola dapat bergerak dari atas ke bawah.

Yang berkembang:

- perencanaan;
- gravitasi;
- koordinasi;
- ketekunan;
- problem solving.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Ketika bola berhenti di tengah jalur, tahan keinginan untuk langsung memperbaikinya.

Tanyakan:

“Bagian mana yang menurutmu perlu diubah?”

Aktivitas 16

Berburu Bentuk

Usia:
3-8 tahun

Bahan:

- Tidak wajib.

Cara bermain:

Cari bentuk lingkaran, persegi, segitiga, atau bentuk lain di lingkungan sekitar.

Yang berkembang:

- observasi;
- klasifikasi;
- bahasa;
- kesadaran ruang;
- matematika awal.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Matematika tidak selalu membutuhkan lembar kerja. Konsep bentuk dan ukuran dapat ditemukan melalui kehidupan sehari-hari.

Aktivitas 17

Bangunan dari Barang Bekas

Usia:
3-10 tahun

Bahan:

- Kardus,
- tutup botol,
- gulungan tisu,
- wadah bersih.

Cara bermain:

Anak bebas membuat apa pun dari bahan yang tersedia.

Yang berkembang:

- kreativitas;
- konstruksi;
- perencanaan;
- koordinasi;
- kesadaran lingkungan.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Jangan memberikan contoh hasil terlebih dahulu. Contoh yang terlalu spesifik dapat membuat anak hanya meniru, bukan menciptakan.

Aktivitas 18

Membuat Bayangan

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Senter dan
- beberapa benda.

Cara bermain:

Anak mencoba mengubah ukuran dan bentuk bayangan dengan memindahkan benda atau sumber cahaya.

Yang berkembang:

- observasi;
- pemahaman ruang;
- sebab-akibat;
- rasa ingin tahu;
- berpikir ilmiah.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Pertanyaan terbuka lebih berharga daripada penjelasan panjang:

“Apa yang terjadi ketika senternya semakin dekat?”

Aktivitas 19

Sortir Sesukamu

Usia:
2-7 tahun

Bahan:

- Batu,
- tutup botol,
- kancing besar,
- daun,
- balok.

Cara bermain:

Anak mengelompokkan benda dengan cara yang ia pilih: warna, ukuran, tekstur, bentuk, atau kategori ciptaannya sendiri.

Yang berkembang:

- klasifikasi;
- logika;
- bahasa;
- fleksibilitas berpikir;
- kemampuan mengambil keputusan.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Jangan menganggap hanya ada satu jawaban benar. Anak mungkin memiliki alasan yang tidak langsung terlihat oleh orang dewasa.

Aktivitas 20

Tantangan Satu Lembar Kertas

Usia:
5-10 tahun

Bahan:

- Selembar kertas.

Cara bermain:

Ajak anak menemukan sebanyak mungkin kegunaan dari satu lembar kertas: kapal, kipas, teropong, jalan, rumah kecil, atau apa pun.

Yang berkembang:

- kreativitas;
- divergent thinking;
- fleksibilitas;
- problem solving;
- imajinasi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Kreativitas tumbuh ketika anak tidak selalu diberi contoh, batas, dan hasil akhir yang harus sama.

BAGIAN 3

Motorik, Gerak, dan Kesadaran Tubuh

Aktivitas 21

Parcours Ruang Tamu

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Bantal,
- kursi,
- tali,
- kardus,
- selimut.

Cara bermain:

Buat jalur untuk merangkak, melangkah, melompat, menyeimbangkan tubuh, dan melewati rintangan.

Yang berkembang:

- motorik kasar;
- koordinasi;
- perencanaan gerak;
- kesadaran tubuh;
- keberanian.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Anak membutuhkan tantangan yang aman, bukan lingkungan tanpa risiko sama sekali. Sesuaikan kesulitan tanpa menghilangkan kesempatan anak mengukur kemampuannya.

Aktivitas 22

Berjalan seperti Hewan

Usia:
2-7 tahun

Bahan:

- Tidak ada.

Cara bermain:

Berjalan seperti beruang, melompat seperti katak, merangkak seperti buaya, atau bergerak seperti hewan pilihan anak.

Yang berkembang:

- kekuatan tubuh;
- koordinasi;
- imajinasi;
- motor planning;
- keseimbangan.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Biarkan anak menciptakan hewan atau cara bergeraknya sendiri. Tidak semua gerakan harus meniru contoh orang dewasa.

Aktivitas 23

Bola Tidak Boleh Jatuh

Usia:
4-10 tahun

Bahan:

- Balon atau
- bola ringan.

Cara bermain:

Anak menjaga balon tetap berada di udara. Permainan dapat dilakukan sendiri atau bersama-sama.

Yang berkembang:

- koordinasi mata-tangan;
- fokus;
- kerja sama;
- kontrol impuls;
- perencanaan gerak.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Tidak harus ada pemenang. Ubah tantangannya menjadi:

“Berapa lama kita bisa menjaga balon ini bersama-sama?”

Aktivitas 24

Jalur Keseimbangan

Usia:
3-8 tahun

Bahan:

- Tali,
- selotip kertas,
- bantal,
- papan rendah.

Cara bermain:

Buat garis atau jalur yang harus dilewati dengan berbagai cara.

Yang berkembang:

- keseimbangan;
- fokus;
- koordinasi;
- kesadaran tubuh;
- rasa percaya diri.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Anak boleh mengulang berkali-kali. Pengulangan bukan tanda bosan, tetapi cara otak menguasai keterampilan.

Aktivitas 25

Lempar ke Target

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Bola kain atau kaus kaki yang digulung,
- keranjang.

Cara bermain:

Anak mencoba melempar benda lunak ke berbagai wadah.

Yang berkembang:

- koordinasi;
- perkiraan jarak;
- kekuatan tangan;
- konsentrasi;
- ketekunan.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Hindari terlalu cepat menghitung skor. Fokuskan perhatian pada strategi dan perubahan gerakan anak.

Aktivitas 26

Menari dengan Pita

Usia:
2-9 tahun

Bahan:

- Pita,
- syal, atau kain panjang.

Cara bermain:

Anak bergerak mengikuti musik sambil membuat pola dengan pita.

Yang berkembang:

- koordinasi;
- ekspresi tubuh;
- ritme;
- kreativitas;
- regulasi emosi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Tidak ada gerakan yang salah. Tujuannya bukan meniru koreografi, melainkan menemukan cara tubuh ingin bergerak.

Aktivitas 27

Patung Musik

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Musik.

Cara bermain:

Anak bergerak ketika musik berbunyi dan berhenti ketika musik dimatikan.

Yang berkembang:

- kontrol impuls;
- perhatian;
- keseimbangan;
- regulasi tubuh;
- pemahaman aturan.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Anak yang terlambat berhenti tidak perlu langsung dieliminasi. Ia masih sedang belajar mengontrol tubuhnya.

Aktivitas 28

Pindahkan Air

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Dua wadah,
- spons,
- sendok,
- cangkir kecil.

Cara bermain:

Anak memindahkan air dari satu wadah ke wadah lain menggunakan alat yang berbeda.

Yang berkembang:

- koordinasi;
- motorik halus;
- perencanaan;
- konsentrasi;
- eksplorasi sensorik.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Air yang tumpah bukan selalu kekacauan. Selama ruang sudah disiapkan dengan aman, tumpahan adalah bagian dari pengalaman belajar.

Aktivitas 29

Jalan Lambat, Jalan Cepat

Usia:
2-7 tahun

Bahan:

- Musik opsional.

Cara bermain:

Anak bergerak dengan tempo berbeda: cepat, lambat, berat, ringan, diam-diam, atau seperti tertiup angin.

Yang berkembang:

- kontrol tubuh;
- bahasa;
- ritme;
- kesadaran tempo;
- fleksibilitas gerak.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Permainan gerak dapat membantu anak memahami tubuhnya, bukan sekadar “menghabiskan energi”.

Aktivitas 30

Angkut Harta Karun

Usia:
3=9 tahun

Bahan:

- Benda aman,
- keranjang,
- kotak.

Cara bermain:

Anak memindahkan benda dari satu tempat ke tempat lain menggunakan tangan, sendok besar, kain, atau alat ciptaannya.

Yang berkembang:

- koordinasi;
- kekuatan;
- problem solving;
- perencanaan;
- kerja sama.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Berikan tujuan sederhana, lalu biarkan anak menemukan cara paling efektif untuk melakukannya.

BAGIAN 4

Sensorik, Fokus, dan Regulasi Emosi

Aktivitas 31

Parcours Ruang Tamu

Usia:
2-8 tahun

Bahan:

- Kain,
- spons,
- sikat lembut,
- kapas,
- kertas,
- benda bertekstur.

Cara bermain:

Anak menyentuh, membandingkan, dan mendeskripsikan tekstur.

Yang berkembang:

- kesadaran sensorik;
- bahasa;
- klasifikasi;
- keberanian mengeksplorasi;
- fokus.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Anak boleh menolak menyentuh tekstur tertentu. Dukungan sensorik bukan memaksa anak terbiasa, melainkan membantu anak mengenali batas tubuhnya.

Aktivitas 32

Adonan Bebas

Usia:
2-9 tahun

Bahan:

- Plastisin,
- tanah liat, atau adonan buatan sendiri.

Cara bermain:

Biarkan anak meremas, menggulung, menekan, memotong, atau menciptakan bentuk apa pun.

Yang berkembang:

- motorik halus;
- kekuatan tangan;
- regulasi;
- kreativitas;
- konsentrasi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Tidak perlu selalu meminta anak membuat bunga, rumah, atau hewan. Manipulasi bahan itu sendiri sudah merupakan permainan yang bernilai.

Aktivitas 33

Botol Tenang

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Botol transparan tertutup rapat,
- air,
- glitter atau potongan kecil aman.

Cara bermain:

Anak menggoyangkan botol lalu mengamati isi perlahan turun.

Yang berkembang:

- fokus visual;
- pernapasan lebih tenang;
- kesabaran;
- regulasi emosi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Botol tenang bukan alat hukuman. Jangan mengatakan, “Kamu marah, sana pakai botol tenang.” Tawarkan sebagai salah satu pilihan regulasi, bukan kewajiban.

Aktivitas 34

Tebak Aroma

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Kopi,
- jeruk,
- kayu manis,
- daun,
- sabun, atau aroma aman lainnya.

Cara bermain:

Anak mencium aroma dengan mata tertutup dan mencoba mendeskripsikannya.

Yang berkembang:

- indra penciuman;
- bahasa;
- memori;
- konsentrasi;
- asosiasi pengalaman.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Tidak semua jawaban harus berupa nama benda. Anak boleh mengatakan, “Baunya seperti rumah Nenek.”

Aktivitas 35

Melukis dengan Jari

Usia:
2-8 tahun

Bahan:

- Cat aman,
- kertas besar,
- alas.

Cara bermain:

Anak mengeksplorasi warna dan gerakan menggunakan jari atau telapak tangan.

Yang berkembang:

- sensorik;
- kreativitas;
- motorik halus;
- ekspresi emosi;
- koordinasi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Anak yang tidak nyaman menyentuh cat boleh menggunakan kuas, spons, atau sarung tangan. Partisipasi tidak harus terlihat sama.

Aktivitas 36

Hujan Suara

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Tangan dan
- tubuh.

Cara bermain:

Buat suara hujan mulai dari menggosok tangan, menjentikkan jari, menepuk paha, hingga menghentakkan kaki, lalu kembali pelan.

Yang berkembang:

- perhatian auditori;
- ritme;
- koordinasi;
- kerja sama;
- regulasi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Aktivitas kelompok yang baik tidak selalu membutuhkan kompetisi. Anak belajar menyelaraskan diri dengan kelompok tanpa harus menjadi pemenang.

Aktivitas 37

Napas Boneka

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Boneka kecil.

Cara bermain:

Anak berbaring dan meletakkan boneka di perut. Ia mengamati boneka naik dan turun saat bernapas.

Yang berkembang:

- kesadaran tubuh;
- pernapasan;
- fokus;
- regulasi emosi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Jangan menggunakan latihan napas hanya saat anak meledak. Kenalkan ketika anak dalam kondisi tenang agar tubuhnya mengenal strategi tersebut lebih dahulu.

Aktivitas 38

Mencari Suara

Usia:
3-8 tahun

Bahan:

- Benda yang menghasilkan bunyi.

Cara bermain:

Sembunyikan sumber suara atau buat bunyi dari berbagai arah. Anak mencari lokasi bunyi tersebut.

Yang berkembang:

- perhatian auditori;
- orientasi ruang;
- fokus;
- rasa ingin tahu.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Untuk anak sensitif suara, gunakan volume rendah dan beri hak untuk berhenti kapan saja.

Aktivitas 39

Mencari Suara

Usia:
2-8 tahun

Bahan:

- Beras,
- pasir,
- air,
- pasta kering,
- atau bahan aman lainnya; alat pemindah.

Cara bermain:

Anak menuang, menggali, menyendok, menyaring, dan memindahkan bahan.

Yang berkembang:

- sensorik;
- koordinasi;
- motorik halus;
- konsentrasi;
- pemahaman volume.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Permainan sensorik tidak harus mempunyai produk akhir. Aktivitas berulang seperti menuang dan mengisi sudah merupakan tujuan permainan.

Aktivitas 40

Tempat Aman untuk Boneka

Usia:
2-9 tahun

Bahan:

- Boneka,
- kain,
- kardus,
- bantal.

Cara bermain:

Ajak anak membuat tempat yang membuat boneka merasa aman dan nyaman.

Yang berkembang:

- empati;
- regulasi emosi;
- bahasa emosional;
- imajinasi;
- pemahaman kebutuhan.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Berbicara tentang kebutuhan boneka sering membuat anak lebih mudah mengungkapkan kebutuhan dirinya sendiri.

Tanyakan:

“Menurutmu, apa yang dibutuhkan boneka ini agar merasa aman?”

BAGIAN 5

Bahasa, Sosial, Kemandirian, dan Kerja Sama

Aktivitas 41

Aku Melihat Sesuatu

Usia:
3-9 tahun

Bahan:

- Tidak ada.

Cara bermain:

Seseorang memilih benda dan memberi petunjuk tentang warna, bentuk, lokasi, atau fungsi.

Yang berkembang:

- kosakata;
- observasi;
- klasifikasi;
- perhatian;
- kemampuan memberi petunjuk.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Anak tidak hanya menjadi penebak. Beri kesempatan ia memimpin permainan dan menyusun petunjuknya sendiri.

Aktivitas 42

Cerita Bergiliran

Usia:
4-10 tahun

Bahan:

- Tidak ada atau kartu gambar.

Cara bermain:

Satu orang memulai cerita dengan satu kalimat. Orang berikutnya melanjutkan.

Yang berkembang:

- bahasa;
- kreativitas;
- mendengarkan;
- fleksibilitas;
- kerja sama.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Cerita kelompok mengajarkan anak menerima bahwa idenya dapat berkembang ke arah yang tidak ia rencanakan.

Aktivitas 43

Apa yang Hilang?

Usia:
4-9 tahun

Bahan:

- Lima hingga sepuluh benda.

Cara bermain:

Anak mengamati benda. Setelah menutup mata, satu benda disembunyikan dan ia menebaknya.

Yang berkembang:

- memori kerja;
- perhatian;
- bahasa;
- observasi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Sesuaikan jumlah benda dengan kapasitas anak. Tujuannya bukan membuktikan siapa yang paling kuat mengingat.

Aktivitas 44

Bangun Bersama

Usia:
3-10 tahun

Bahan:

- Balok,
- kardus,
- atau bahan konstruksi.

Cara bermain:

Dua anak atau lebih membangun satu karya bersama. Mereka perlu menyepakati tujuan dan pembagian tugas.

Yang berkembang:

- komunikasi;
- negosiasi;
- kerja sama;
- fleksibilitas;
- problem solving.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Konflik bukan tanda kegiatan gagal. Konflik adalah bagian dari proses belajar bekerja bersama.

Aktivitas 45

Pantomim Profesi dan Aktivitas

Usia:
5-10 tahun

Bahan:

- Kartu gambar opsional.

Cara bermain:

Anak memperagakan aktivitas atau profesi tanpa berbicara. Yang lain menebak.

Yang berkembang:

- bahasa nonverbal;
- imajinasi;
- keberanian;
- pemahaman sosial;
- observasi.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Anak boleh memilih tidak tampil sendiri. Ia dapat bermain berpasangan atau menjadi penebak terlebih dahulu.

Aktivitas 46

Siapkan Piknik Bersama

Usia:
4-10 tahun

Bahan:

- Tas,
- kain,
- wadah makanan mainan atau nyata.

Cara bermain:

Anak merencanakan apa yang perlu dibawa untuk piknik dan membantu menyiapkannya.

Yang berkembang:

- perencanaan;
- kemandirian;
- memori kerja;
- tanggung jawab;
- kerja sama.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Kemandirian tidak tumbuh ketika semua sudah disiapkan orang dewasa. Beri anak tanggung jawab nyata sesuai kemampuannya.

Aktivitas 47

Misi Menyelamatkan Boneka

Usia:
4-9 tahun

Bahan:

- Boneka,
- tali,
- kardus,
- balok.

Cara bermain:

Letakkan boneka di tempat yang membutuhkan solusi agar dapat “diselamatkan”. Anak bebas membuat alat atau rute.

Yang berkembang:

- problem solving;
- perencanaan;
- kreativitas;
- kerja sama;
- ketekunan.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Jangan memberi petunjuk terlalu cepat. Beri waktu bagi anak untuk berpikir, termasuk ketika ia tampak diam.

Aktivitas 48

Peraturan Buatan Anak

Usia:
5-10 tahun

Bahan:

- Kertas dan
- alat tulis.

Cara bermain:

Ajak anak menciptakan permainan sederhana beserta aturannya. Setelah dimainkan, evaluasi apakah aturannya perlu diubah.

Yang berkembang:

- pemahaman aturan;
- berpikir kritis;
- komunikasi;
- keadilan;
- fleksibilitas.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Anak lebih mudah memahami aturan ketika ia ikut terlibat dalam proses pembuatannya.

Aktivitas 49

Proyek Merawat Tanaman

Usia:
3-10 tahun

Bahan:

- Tanaman,
- air,
- alat sederhana.

Cara bermain:

Anak memilih tanaman, menyiram, mengamati perubahan, dan membantu merawatnya.

Yang berkembang:

- tanggung jawab;
- kesabaran;
- observasi;
- keterhubungan dengan alam;
- pemahaman waktu.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Tugas nyata dalam kehidupan sehari-hari dapat menjadi pengalaman belajar yang jauh lebih bermakna daripada simulasi.

Aktivitas 50

Hari Bermain Tanpa Rencana

Usia:
Semua usia

Bahan:

- Waktu,
- ruang aman, dan
- bahan terbuka.

Cara bermain:

Sediakan beberapa bahan seperti kardus, balok, kain, kertas, benda alam, atau peralatan sederhana. Biarkan anak memilih dan menentukan sendiri apa yang ingin dilakukan.

Yang berkembang:

- motivasi intrinsik;
- kemandirian;
- kreativitas;
- konsentrasi;
- kemampuan mengambil keputusan;
- regulasi diri.

Sudut pandang Kindergarten Jerman:

Inilah inti dari **Freispiel** atau permainan bebas.

Orang dewasa tidak menentukan tema, tujuan, hasil akhir, atau durasi secara ketat. Anak mengikuti rasa ingin tahunya sendiri dan memilih tantangan yang sesuai dengan tahap perkembangannya.

Permainan tanpa rencana bukan berarti tidak ada pembelajaran.

Justru di sanalah anak sering menunjukkan siapa dirinya, apa yang sedang dipikirkannya, dan keterampilan apa yang sedang berusaha dikuasainya.

Bagaimana Peran Orang Dewasa Saat Anak Bermain?

1. Amati sebelum membantu

Saat anak kesulitan, tunggu beberapa saat.

Perhatikan:

- Apakah anak benar-benar membutuhkan bantuan?
- Apakah ia masih mencoba?
- Apakah bantuan akan mendukung atau justru mengambil alih?

Saat anak kesulitan, tunggu beberapa saat.

“Aku lihat kamu sedang mencoba.”
“Bagian mana yang terasa sulit?”
“Kamu ingin mencoba sendiri atau butuh sedikit bantuan?”

2. Ikuti ide anak

Ketika anak mengajak bermain, kita tidak harus langsung memimpin.

Cobalah bertanya:

- “Aku jadi siapa?”
- “Apa yang harus kulakukan?”
- “Bagaimana aturan permainannya?”

Dengan begitu, orang dewasa memasuki dunia anak tanpa merebut kendali.

3. Kurangi pujian yang menilai

Alih-alih selalu mengatakan:

- ✗ “Bagus sekali!”
- ✗ “Pintar!”
- ✗ “Wah, kamu paling hebat!”

Coba gunakan observasi:

- ✓ “Kamu menyusun bagian yang besar di bawah.”
- ✓ “Kamu mencoba beberapa kali sampai jembatannya berdiri.”
- ✓ “Kamu memilih banyak warna untuk gambarmu.”

Kalimat seperti ini membantu anak menyadari proses yang ia lakukan.

4. Jangan buru-buru mengubah permainan menjadi pelajaran

Ketika anak bermain memasak, kita tidak harus langsung meminta ia menghitung semua piring.

Ketika bermain balok, kita tidak harus menanyakan semua warna dan bentuk.

Pembelajaran tetap terjadi meskipun orang dewasa tidak terus-menerus menguji anak.

5. Hargai hak anak untuk berhenti

Anak boleh:

- mengubah permainan;
- mengulang aktivitas;
- bermain sendiri;
- hanya mengamati;
- tidak menyelesaikan karya;
- berhenti ketika tubuhnya sudah lelah.

Tidak semua aktivitas harus dituntaskan agar memiliki nilai.

Untuk Anak Neurodivergent

Bermain tetap merupakan kebutuhan dasar bagi anak neurodivergent.

Namun, terkadang permainan mereka terlalu cepat diubah menjadi latihan:

- latihan kontak mata;
- latihan fokus;
- latihan bicara;
- latihan motorik;
- latihan mengikuti instruksi;
- latihan perilaku.

Dukungan memang dapat dibutuhkan. Namun, anak juga perlu memiliki waktu bermain yang tidak sedang digunakan untuk mengejar target terapi.

Pisahkan dengan jelas antara:

Permainan untuk latihan khusus

Aktivitas yang mempunyai tujuan keterampilan tertentu dan biasanya mendapat arahan dari orang dewasa.

Permainan bebas

Aktivitas yang dipilih, dipimpin, dan dikembangkan anak berdasarkan rasa ingin tahu dan minatnya sendiri.

Untuk anak ADHD, permainan dapat disesuaikan dengan:

- durasi yang lebih singkat;
- kesempatan bergerak;
- aturan sederhana;
- pilihan aktivitas;
- jeda sensorik;
- bahan yang menarik minat;
- target yang tidak terlalu banyak sekaligus.

Untuk anak dengan kebutuhan sensorik, sediakan pilihan tanpa paksaan. Tidak semua anak menikmati bahan yang lengket, suara keras, gerakan cepat, atau permainan kelompok.

Prinsipnya bukan:

> ✗ "Semua anak harus bermain dengan cara yang sama."

Melainkan:

> ✓ "Setiap anak berhak menemukan cara bermain yang terasa aman dan bermakna bagi dirinya."

Apakah Anak Membutuhkan Banyak Kursus?

Musik, seni, olahraga, atau kelas keterampilan dapat memberi pengalaman menyenangkan bagi anak.

Namun, kegiatan terstruktur tidak seharusnya memenuhi seluruh jadwalnya.

Anak tetap membutuhkan waktu ketika:

- tidak ada target;
- tidak ada instruktur;
- tidak ada hasil yang harus dicapai;
- tidak ada orang dewasa yang menentukan langkah berikutnya.

Satu atau dua kegiatan tambahan per minggu umumnya sudah cukup bagi banyak anak, selama anak benar-benar menikmatinya dan masih mempunyai waktu untuk bermain bebas, beristirahat, serta bersama keluarga.

Jadwal yang penuh tidak selalu berarti perkembangan yang lebih baik.

Kadang-kadang, perkembangan justru membutuhkan ruang kosong.

Lembar Refleksi Orang Dewasa

Setelah mendampingi anak bermain, tanyakan kepada diri sendiri:

1. Apakah saya memberi anak ruang untuk memimpin permainan?
2. Seberapa cepat saya membantu ketika anak menghadapi kesulitan?
3. Apakah saya lebih fokus pada hasil daripada prosesnya?
4. Apakah saya sering mengubah permainan menjadi pelajaran atau ujian?
5. Apakah anak boleh bermain tanpa menghasilkan sesuatu?
6. Apakah anak memiliki cukup waktu bebas dalam kesehariannya?
7. Permainan apa yang paling sering dipilih anak ketika tidak diarahkan?
8. Apa yang mungkin sedang ia pelajari atau olah melalui permainan tersebut?

Penutup

Anak tidak selalu membutuhkan mainan baru.

Mereka tidak selalu membutuhkan aktivitas yang rumit.

Mereka juga tidak membutuhkan orang dewasa yang terus-menerus mengajarkan sesuatu.

Sering kali, yang mereka butuhkan hanyalah:

- waktu;
- ruang;
- bahan sederhana;
- kebebasan mencoba;
- orang dewasa yang hadir tanpa mengambil alih.

Saat anak bermain dengan sungguh-sungguh, jangan buru-buru mengganggunya hanya karena dari luar kegiatannya terlihat sederhana.

Ia mungkin sedang membangun menara.

Namun, pada saat yang sama, ia juga sedang membangun konsentrasi.

Ia mungkin sedang mengaduk air dan pasir.

Namun, ia sedang memahami tekstur, volume, dan sebab-akibat.

Ia mungkin sedang berbicara dengan boneka.

Namun, ia sedang mencoba memahami emosi dan hubungan antarmanusia.

Karena bagi anak:

Bermain bukan cara untuk melarikan diri dari dunia nyata.
Bermain adalah cara mereka memahami dunia nyata.

Dan terkadang, bentuk dukungan terbaik yang dapat diberikan orang dewasa adalah mundur sedikit, mengamati dengan penuh perhatian, lalu membiarkan anak melakukan pekerjaannya.

Spielen ist die Arbeit des Kindes.

Bermain adalah pekerjaan anak.